

# Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life



## Founder's Essay

### จงเตรียมพร้อมให้มัน

ตอนที่ข้าพเจ้าเพิ่งเดินทางมาที่เมืองโตเกียวใหม่ ๆ เคยถูกหมอดูที่งานวัดทักว่า “คุณหนะเป็นคนที่จะไปไม่รอดหรือถ้าหากขาดแรงกระตุ้น” หลังจากนั้น เมื่อเผชิญกับปัญหายุ่งยาก ข้าพเจ้าก็จะบอกกับตัวเองว่า “ใกล้จะสนุกขึ้นมาแล้วละสินะ”

โดยปกติในตอนที่เราแบกรับปัญหาบางอย่างไว้ แล้วเราจะเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เราได้ทำมาตลอดอย่างสิ้นเชิง อาจดูเหมือนว่าน่าจะทำได้ แต่นั่นก็เป็นสิ่งที่เราทำไม่ค่อยจะได้ แต่ไม่ว่าอย่างไรก็ตาม ในตอนที่เรากดดันให้จนมุมขึ้นมา เราก็คงจะไม่เปลี่ยนแปลงไม่ได้แม้ว่าตัวเราจะไม่ยินดีก็ตาม

แม้แต่บริษัททั่ว ๆ ไป ถ้าหากโครงสร้างองค์กรถูกจัดวางไว้จนถึงเกินไป ถึงทุกคนจะรู้ดีว่าจะปล่อยให้มันเป็นแบบนี้ต่อไปเรื่อย ๆ ไม่ได้ แต่เพราะว่ายังมีอุปสรรคมากมายจึงทำให้ไม่สามารถเปลี่ยนแปลง

แนวทางดำเนินงานในแบบที่ผ่านมาได้ ซึ่งในทางกลับกัน ตอนที่ตกอยู่ในภาวะบีบคั้นนี้แหละ ที่จะเป็นโอกาสที่ดีที่สุดที่จะเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นได้กว่าเดิม ทุกคนจะรวมใจเป็นหนึ่งเดียวแล้วช่วยกันแก้ไข ปัญหาด้วยความรู้สึกที่ว่า “จะต้องผ่านปัญหานี้ไปให้ได้” และนี่ก็เป็นวิธีการคิดในแบบของสัทธรรมปุณฑริกสูตรที่ให้ความเคารพว่า “พระเทวทัตเป็นกัลยาณมิตร”

ถ้าเราพยายามเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาส ก็จะไม่มีส่วนไหนที่กลัวทั้งสิ้น ไม่ว่าจะมีเรื่องดีหรือไม่ดี เราก็คงเตรียมพร้อมรับมือให้มันด้วยความรู้สึกที่ว่า “ใกล้จะสนุกขึ้นมาแล้วละสินะ”

(จากหนังสือ “โล โชะ-ซุกกัน เล่ม 9” หน้า 182-183)

### Living the Lotus Vol. 170 (November 2019)

Senior Editor: Koichi Saito  
Editor: Kensuke Suzuki  
Copy Editor: Ketsarin Somrit

Living the Lotus is published monthly by  
Rissho Kosei-kai International,  
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada,  
Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan.  
TEL: +81-3-5341-1124 / FAX: +81-3-5341-1224  
Email: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

องค์กรริชโชโคเซไก เป็นองค์กรพุทธฆราวาสที่มีสัทธรรมปุณฑริกสูตรเป็นคัมภีร์หลัก องค์กรได้รับการสถาปนาขึ้นโดยท่านประธานใหญ่นิเคียว นีวาโนะ และท่านรองเมียวโกะ นางานูมะ ในปีค.ศ.1938 ริชโชโคเซไก ประกอบด้วยผู้คนที่ปรารถนาจะสร้างสังคมแห่งสันติภาพโดยการน้อมนำเอาหลักคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน อาทิ ในสังคมที่อยู่อาศัย ที่ทำงาน และในครอบครัว เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันสมาชิกของริชโชโคเซไก ได้ร่วมมือร่วมใจกับประธานนิชิโกะ นีวาโนะ (ประธานท่านปัจจุบันของริชโชโคเซไก) ในการดำเนินงานเพื่อสันติภาพ ทั้งภายในประเทศญี่ปุ่นและในต่างประเทศ อีกทั้งมีการประสานความร่วมมือกับองค์กรศาสนาต่าง ๆ ไปพร้อมกับกระตุ้นสมาชิกให้มีการเผยแพร่คำสอนของพระพุทธศาสนาในฐานะพุทธศาสนิกชนด้วย

หัวข้อ Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life เป็นการนำคำสอนในพระสัทธรรมปุณฑริกสูตรมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เปรียบเสมือนดอกบัวที่เบ่งบานในโคลนตม แต่มีความงดงาม ในวารสารนี้ ได้รวมเอาความปรารถนาที่จะทำสิ่งมีคุณค่าเพื่อชีวิตที่มั่นคง โดยจะส่งต่อข้อคิดธรรมะอันจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตผ่านทางอินเทอร์เน็ต สู่ไปถึงผู้คนทั่วโลก โดยองค์กรริชโชโคเซไกได้รับความร่วมมือจากสำนักงานในต่างประเทศในการแปลบทความออกมาเป็น 14 ภาษา แต่ทว่า บางภาษาจะไม่ได้ลงเผยแพร่ตามกำหนดเวลาที่แน่นอนและบางภาษาจะมีการเผยแพร่เพียงโอกาสของประธานท่านปัจจุบันเท่านั้น และเราจะพัฒนาวารสารนี้ให้มีประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น ทั้งนี้ หาก



## President's Message

# “การกระตุ้นให้กำลังใจ” และ “ความมานะ”

ท่านนิชิโกะ นิวาโนะ ประธานองค์การริชโซโคเซไก

### การกระตุ้นให้กำลังใจจากพระพุทธเจ้า

ในโลกของความศรัทธา เรามักจะพูดกันเสมอว่า “ได้รับการช่วยเหลือจากพระเจ้าหรือพระพุทธเจ้า” หากจะพูดกันในเชิงพุทธศาสนาแล้ว แม้ว่าเราจะบอกว่า “พระพุทธเจ้าจะทรงช่วยเหลือพวกเรา” แต่นั่นไม่ได้หมายความว่าเราควรอยู่เฉย ๆ แล้วรอความช่วยเหลือ

ในบทที่ ๑ ของสังฆกรรมปุณณาสุต “นิทานเปรียบเทียบเรื่องเมืองมายา” มีวรรคหนึ่งบอกว่า “พระพุทธองค์ทรงสามารถช่วยสรรพสัตว์ให้พ้นจากอบายภูมิทั้ง ๓” (คำว่า “ช่วย” ในวรรคนี้เขียนเป็นภาษาญี่ปุ่นด้วยคำว่า “救出 (เม็นชูยุ)” หมายถึง “การกระตุ้นและให้กำลังใจ”) โดยท่านประธานใหญ่ได้กล่าวอธิบายเกี่ยวกับประโยคนี้ที่ปรากฏอยู่ในพระสูตรว่า “พระพุทธเจ้ามิได้ทรงช่วยอย่างไม่มีเงื่อนไขเพียงเพื่อให้สรรพสัตว์ออกจากอบายภูมิที่เต็มไปด้วยความลำบากและความทุกข์ (เรือนจำ) แต่ทว่า พระองค์ทรงประกาศให้สรรพสัตว์ได้ทราบถึงสังขารด้วยพระธรรมคำสอน แล้วทรงกระตุ้นให้กำลังใจเพื่อให้สรรพสัตว์หลุดพ้นจากที่แห่งนั้น” และท่านประธานใหญ่ได้บอกไว้อย่างชัดเจนอีกด้วยว่า “เราจะต้องออกจากอบายภูมิแห่งทุกข์ด้วยความพยายามของเราโดยยึดเอาคำสอนเป็นหลัก”

พวกเราซึ่งเป็นผู้ที่เชื่อมโยงกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า และเพราะเราได้รับการกระตุ้นให้กำลังใจจากพระพุทธเจ้าผ่านพระธรรมคำสอนแล้ว เราก็ได้รับอยู่เสมอ แม้กระทั่งในตอนนี้เองเราก็ตระหนักได้อย่างมากถึงความสำคัญของการฝึกปฏิบัติตัวเราเพื่อให้หลุดพ้นจากโลกแห่งความทุกข์นี้

ทว่า ทุกคนทราบบทสวดปิดท้ายวรรคข้างต้นใน “บทที่ ๑ นิทานเปรียบเทียบเรื่องเมืองมายา” หรือไม่ ใช่แล้วครับ นั่นเป็นประโยคที่ปรากฏในพระสูตรดังต่อไปนี้ที่ทุกคนทราบกันเป็นอย่างดี ก็คือ “บทแผ่ส่วนบุญทั่วไป” ซึ่งมีใจความว่า “ขอให้บุญเหล่านี้ จงแผ่ไปถึงสรรพสัตว์ทั่วหล้า เพื่อว่าเราทั้งหลายพร้อมทั้งสรรพสัตว์เหล่านั้นจะได้สำเร็จวิधिแห่งพุทธะพร้อมๆกัน”

วรรคนี้เป็นคำภาวนาที่ปรารถนาความสำเร็จสภาวะแห่งพุทธะร่วมกับทุก ๆ คนผ่านการอุทิศบุญกุศลให้แก่ผู้คนมากมาย แม้เราจะรู้สึกว่าได้ยากสักหน่อย แต่ถ้าหากเราลองอ่านซ้ำแล้วพิจารณาตามวิถีชีวิตของเรา ก็จะเห็นได้ว่านี่เป็นความมานะที่มีอยู่ใกล้ตัวเราจนแทบนึกไม่ถึงเลย

“เราจะอ่อนโยนเสมอต่อครอบครัว เพื่อนฝูง และคนที่เราพบเจอ เราจะเพ่งพินิจจิตใจและการประพฤติปฏิบัติของตัวเราผ่านการสวดมนต์เข้าเฝ้า แล้วเราก็จะเป็นสายสัมพันธ์ที่ดีแก่ผู้คนที่ทั้งหลาย จะเป็นมิตรที่ดี และจะสัมผัสความสุขที่แท้จริงไปพร้อมกับผู้อื่น”

ตอนที่ข้าพเจ้าครุ่นคิดว่า อะไรคือ “ความเพียรพยายามของตัวเอง” ในการน้อมรับการกระตุ้นให้กำลังใจจากพระพุทธเจ้าแล้วลงมือฝึกปฏิบัติจริง สิ่งที่ข้าพเจ้านึกออกก่อนอะไรทั้งหมดเลยก็คือ ความมานะพยายามจากสิ่งใกล้ตัวโดยยึดความปรารถนาอันยิ่งใหญ่เป็นหลัก เหมือนกับประโยคที่ปรากฏในพระสูตรนี้





## จงใช้ชีวิตอย่างสุขุม

เมื่อพูดถึงเรื่อง “กัลยาณมิตร” ก็มีเรื่องเล่าซึ่งเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวาง ครั้งที่พระศาสดามุนีพุทธเจ้าได้เทศนาแก่พระสาวกที่ทูลถามพระองค์ว่า “มิตรที่ดี เพื่อนพ้องที่ดีจะอยู่กลางทางของวิถีแห่งพุทธะใช่หรือไม่” พระองค์ทรงเทศนาว่า “สิ่งนั้นเองที่เป็นทุกอย่างของวิถีแห่งพุทธะ” ต่อมาหลังจากนั้น พระองค์พระราชทานคำปรึกษาสำคัญแก่พระเจ้าปเสนทิโกศล แห่งแคว้นโกศล โดยที่พระองค์ได้ยกเอาเรื่องที่เทศนานี้เป็นเรื่องเกริ่นนำ

พระองค์ทรงเทศนาและอธิบายว่า “มหาบพิตร พระองค์ควรทรมานพระองค์ในการปฏิบัติหน้าที่ที่เป็นผู้นำกระทำในสิ่งดีงามในฐานะกัลยาณมิตรและพวกพ้องที่ดีของราษฎร เมื่อปฏิบัติเช่นนี้แล้ว ราษฎรทุกคนที่ได้เห็นหรือได้ฟังว่ามหาบพิตรทรงทรมานปฏิบัติหน้าที่ ก็จะคิดว่า “ข้าพระองค์ก็จะขอทรมานปฏิบัติอย่างตั้งอกตั้งใจด้วยเช่นกัน” ซึ่งตลาคคคิดว่า นั่นมีพลังยิ่งใหญ่กว่าการที่ราษฎรได้ฟังเสียงตะโกนให้กำลังใจจากกษัตริย์เสียอีก”

นี่เป็นเหมือนคำแนะนำแก่พวกเราด้วยเช่นกัน ว่ากันว่าในเวลาที่พ่อแม่กระตุ้นให้กำลังใจแก่ลูกเพราะอยากให้ลูกมีความสุขนั้น สิ่งสำคัญคือ “จิตปรารถนา” ของพ่อแม่ว่าก่อนอื่นตัวพ่อแม่เองอยากจะเป็นคนแบบไหน เรื่องนี้ก็สะท้อนถึงคำชี้แนะที่พระศาสดามุนีพุทธเจ้าพระราชทานแก่พระเจ้าปเสนทิโกศล ทว่า ถ้าถามว่า “การทรมานปฏิบัติในสิ่งที่ดี” คืออะไร นั่นก็คงเป็นการที่ไม่ได้ละเลยเรื่องธรรมดา ๆ ในระหว่างที่ดำเนินชีวิต และเป็นการใช้ชีวิตในแต่ละวันอย่างสุขุม

ไม่ว่าสำหรับใครก็ตาม ที่ที่เราอยู่ในตอนนี้ เป็น “สถานปฏิบัติธรรม” เพื่อฝึกปฏิบัติวิถีแห่งพุทธะ เพราะฉะนั้นเราจึงควรประพฤติปฏิบัติด้วยความขอบคุณต่อเรื่องปกติธรรมดาแต่ละสิ่งแต่ละอย่าง แล้วขัดเกลาจิตใจและสัมผัสความสุขไปพร้อมกับผู้คนรอบข้าง นั่นจึงจะเป็น “ความมานะ” และหมายถึง “การสำเร็จวิถีแห่งพุทธะไปพร้อมกัน”

(จาก “วารสารโคเช” ฉบับเดือนพฤศจิกายน 2019)

